

## 4月は未成年者飲酒防止強調月間です!

国税庁・警察庁などでは、4月を『未成年者飲酒防止月間』と定めています。税務署では、酒類を扱う販売業者に協力を得て、未成年の飲酒防止に取り組んでいます。

未成年者の喫煙についても、飲酒と同様、体に様々な悪影響を及ぼします。もし、子どもたちが飲酒や喫煙をしている場面に遭遇したときは、次のように適切な声がけをよろしく願います。



### 広場や路上で飲酒や喫煙をしている場面に遭遇した時

子どもたちの中には、興味本位でその場にいる場合や、友だちに誘われてつい口にしてしまうかも知れません。一方的に常習化していると決めつけたり、無理やり取り上げるようなことは慎み、「身体に良くないよ」とか「家族に心配をかけないようにね」などと青少年を見守っていく立場で声がけをしたいものです。

### 我が子が口にしていく時

若い頃から飲酒や喫煙をすると、内臓や脳（脳が萎縮し記憶力が低下）などに悪影響を及ぼします。将来とり返しづかなくなることを、家族でじっくり話し合ひましょう。

## 『就労支援員』を募集しています

出雲市子ども支援センターでは、引きこもりや非行の青少年に対し、カウンセリングと並行して就労体験、スポーツ・文化体験、地域交流などの自立支援を行っています。

このうち、就労体験とは、働く体験を通じて、青少年の自立支援や社会復帰を目指すものです。これから社会へ出ることに対する不安を覚えている青少年たちにとって、実際に働いてみることは、大きな自信につながります。

センターでは、就労体験を受け入れてくださる事業主『就労支援員』を募集しています。美容院、建築業、配送業、飲食業などさまざまな業種の登録をお待ちしています。

また、スポーツ・文化体験、地域交流などの支援ボランティアも募集しています。登録を希望される方は、出雲市子ども支援センター（フリーダイヤル 0120-84-7867）までぜひご連絡ください。

## 『街かど声かけたい』も募集中

昨今、子どもたちに対する悲惨な事件が相次いで発生しています。地域のみなさんが子どもたちにあいさつや声かけをすることは、子どもたちを不審者から守る大きな力となります。

『街かど声かけたい』は、腕章を着用し、通学路などで子どもたちへの声かけを行うボランティアです。活動回数などの指定はなく、みなさんの都合のつく範囲で声かけを行っていただきます。

登録を希望される方は、出雲市子ども支援センター（フリーダイヤル 0120-84-7867）へご連絡ください。

# 青い旅

### 出雲市子ども支援センターの主な業務

相談活動 子ども支援活動 補導活動  
啓発活動 他機関連携・環境浄化など

場所 出雲市今市町北本町1-7  
(出雲勤労青少年ホーム内)  
TEL 0853-21-4444  
相談電話フリーダイヤル 0120-84-7867  
相談時間 (月-金)8:30-18:00 (土)8:30-17:00  
URL <http://www.city.izumo.shimane.jp>

平成18年(2006)4月

## 新しいスタートは食事から

新年度となり、子どもたちは、夢と希望にあふれ活動していることでしょう。その活力源は、何と言っても食事、とりわけ朝食をきちんと摂ることです。朝食抜きの子供は、脳の働きが鈍く、気力に欠け、学習意欲の低下にもつながります。政府は、食育推進基本計画案を出し、全児童、生徒が朝食を食べ、一日の生活が健やかにできるよう訴えています。しかし、中には、きちんと食べていない子どももいます。なぜ、朝食を食べないのか、その原因と解決方法を考えてみましょう。

### 起床時刻を少し早めに

起きてしばらくは、身体の動きが機敏ではありません。早く就寝し、余裕をもって起きれば、次第に身体が目覚めてきます。また、子どもを起こす時、「早く起きなさい」「早くしなさい」などと、とかく指示・命令調になりがちです。前日に起床時間の約束をしたり、早く起きた時には「早く起きるとゆったりできるね」と良い点を気付かせ、早起きの習慣をつけるようにしたいものです。さらに、朝食の準備などを少しでも手伝うようにするのも良いですね。身体を動かすことで食欲がわくようになります。

### 親子で工夫して料理作りを

子どもと一緒に料理を作ったり、料理を子どもに任せてみたりしてはどうでしょう。また、季節の特色を生かした食事や子どもの好物を取り入れた献立を親子で考えてみるなどの工夫をしてはいかがでしょうか。子どものアイデアを生かすことも食欲を高めるのに効果的です。

また、食事をしながら「こんなにたくさん食べてくれるとうれしいわ」とか「 が作ってくれた料理はおいしいね」というように認め合い、温かな雰囲気での食事ができると良いですね。そのような食事の機会が続けば、だんだんと食欲が増してくるのではないのでしょうか。

きちんと食事をとることは、心が安らぎ活力の源となります。三食をきちんと食べる習慣が身に付くようにしたいですね。

